

Vos questions / nos réponses

## aider son conjoint

Par [Profil supprimé](#) Postée le 15/02/2016 14:10

Bonjour,

Mon conjoint étant un ancien toxico, je viens d'apprendre qu'il a repris sa consommation fréquente du cannabis (1 joint par soir). Il me dit qu'il a le contrôle de la situation, qu'il peut arrêter quand il le souhaite et que sa consommation ne pose pas de problème pour lui ou pour son entourage.

Or il consomme même en ma présence alors qu'il sait que je n'approuve pas sa consommation, même le week end hors contexte de travail qui pour lui est un facteur de stress.

Il ne comprend pas que je ne trouve pas sa consommation raisonnable et me dit que c'est pour éviter de trop boire d'alcool.

Que puis-je faire pour l'aider et comment réagir ?

---

**Mise en ligne le 17/02/2016**

Bonjour,

Etre en mesure d'en parler avec lui est déjà un premier pas pour l'aider.

Il semble toutefois que vos points de vue sur la nature de la consommation soient divergeants. Vous dites trouver sa consommation non raisonnable, hors lui dit bien la gérer et ne pas y voir de problèmes. Ce mot raisonnable n'a visiblement pas le même sens pour vous deux. Peut-être n'est-ce pas le meilleur angle pour aborder la question de sa consommation.

Puisqu'il dit également fumer pour éviter de trop boire d'alcool, il serait éventuellement intéressant d'essayer de comprendre les raisons qui l'amènent à éprouver le besoin de consommer un produit. Vous évoquez le facteur stress de la semaine au travail mais peut-être cela déborde-t-il sur le week-end...

Si vous réussissez à comprendre les raisons de cette consommation et que vous le lui dites, vous pourrez éventuellement l'aider à les appréhender de manière différente.

Si vous souhaitez nous contacter afin d'approfondir la réflexion, vous pouvez nous appeler au 0800231313 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h, 7j/7) ou par chat via le site Drogues info services.

Bien cordialement

---